

SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA



Rutina de movilidad articular para el calentamiento:

¡Retos! ¿Serás capaz de conseguirlos?

RETO 1	RETO 2
RETO 3	RETO 4

--	--

✚ ¿Has conseguido superar todos los retos? Sí No

✚ ¿Cuál te ha costado más? Me ha costado más el reto número

✚ Señala las dos opciones correctas:

☐ En los retos 1 y 2 se desarrolla sobre todo el equilibrio.

☐ En los retos 1 y 2 se desarrolla sobre todo el ritmo.

☐ En los retos 3 y 4 se desarrollan sobre todo los saltos.

☐ En los retos 3 y 4 se desarrolla sobre todo la coordinación y el ritmo.

¡Videojuego! ¡Atrévete a superarlo!

✚ ¿Cuántas fases tiene el videojuego? Una Dos Tres Cuatro Cinco

✚ ¿Has superado todas las fases? Sí No

Relajación:

✚ ¿Qué es lo que más te ha gustado? Pon en orden las actividades de la sesión de la que más te ha gustado a la que menos. Debes escribir los números del 1 al 7.

	Rutina de movilidad articular.
	Reto 1
	Reto 2
	Reto 3
	Reto 4
	Videojuego
	Relajación